



歯科Dr. 健康コラム

## 口臭の原因？入れ歯のケアはしっかりと！

城里町歯科医師会

歯磨きだけで口腔ケアを終わらせてしまうと、舌についた汚れ(舌苔)が口臭を起す一因となるなど、口臭の原因にはさまざまな要因があります。今回は、診療所に来院する患者さまの口臭の原因で1・2位を占める、「入れ歯」について説明していきます。

やむなく入れ歯を入れるようになってしまった場合、入れ歯を入れているだけで、口の中の衛生状態は低下します。よく管理されている入れ歯であっても、必ずにおいがついてしまい、それが口臭の原因となります。また、入れ歯を安定させるためにつけられたバネのかかる歯の周囲や、入れ歯と自分の歯の間、その表面にも歯垢が付きやすくなります。食後には必ず、入れ歯を取り外して念入りの歯磨きをしましょう。取り外した入れ歯のお手入れは、毎日行うことも大切です。就寝前には入れ歯を外し、専用の容器と入れ歯洗浄剤を使用し保管してください。残っている自分の歯が少ない方は、就寝前に入れ歯を取り外すと、歯ぎしりの原因になったり、自分の歯で粘膜を傷つけてしまったりする可能性があるため、入れ歯を取り外さないほうが良い場合もあります。このようなときはなおさら、寝る前の入れ歯と口の中の掃除を徹底するようにし、汚れを少しでも減らすようにすることが大切です。

合わない入れ歯を使い続けていることも口臭発生の原因になるため、入れ歯が合っているかどうか、半年に一度は定期検診を受けることも大切です。



- ・食後には、入れ歯を念入りに歯磨き
- ・入れ歯洗浄剤を使用して保管



### 町長コラム

#### 4年ぶりに「音楽のつどい」が開催されます

町のお財布事情など、町長が町民の皆さまへお伝えしたいことを掲載していきます。

新型コロナウイルスによる最大の被害者は、「音楽」であったかもしれません。有名アーティストなどのライブコンサートが自粛要請で中止に追い込まれました。また、学校教育の現場においても、みんなで歌うこと(合唱)が制限されたため、城里町内の小中学校の各学校の代表が歌声や演奏などを披露しあう「音楽のつどい」が中止を余儀なくされていました。そして、コロナ禍が収束し、4年ぶりにコミュニティセンター城里にて、「音楽のつどい」が開催されることになりました。

コロナ禍の前は、毎年私も「音楽のつどい」を鑑賞していました。各学校ごとに特徴があり、

工夫や努力が感じられるため、楽しみにしていました。

今年は、小中学校の子どもたちの演奏だけでなく、新国立劇場合唱団(東京都渋谷区)のプロの歌手によるゲストコンサートも同時に開催されます。保護者の方に加えて、地域の皆さまも鑑賞できますので、お時間のある方は、ぜひご来場ください。

#### 城里町 音楽のつどい

日時 11月22日(水)  
午前9時～12時  
会場 コミュニティセンター城里